

LIVRET DE L'ALTERNANT·E

Master STAPS Entraînement et Optimisation de la
Performance Sportive
Parcours Préparation Physique et Réathlétisation

2025/2026

SOMMAIRE

ÉDITO	03
L'EUR HEALTHY	04
LES MISSIONS DES INTERVENANTS	05
LA FORMATION	06
L'ORGANISATION	08
ENGAGEMENT ET ÉVALUATION	14
INFORMATIONS PRATIQUES	15
CONTACTS UTILES	16



ÉDITO

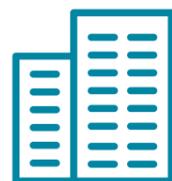


Tout au long de l'histoire, les problèmes de santé ont pris racine dans des écosystèmes complexes. Dans le but de développer une approche systémique de la santé, l'École Universitaire de Recherche Écosystèmes des Sciences de la Santé (EUR HEALTHY) vise à combiner les sciences du sport, les sciences de la santé et les sciences humaines et sociales, notamment la psychologie.

Membre du réseau des Écoles Universitaires de Recherche d'Université Côte d'Azur, l'EUR HEALTHY établit des relations étroites avec les milieux socio-économiques et territoriaux.

Fondée sur la recherche, elle vise à mener des expérimentations concrètes, et à porter des projets innovants et pragmatiques au service des citoyens, usagers et professionnels du système de santé, des entreprises et des territoires.

Rapahel ZORY
Directeur



L'ÉCOLE UNIVERSITAIRE DE RECHERCHE ÉCOSYSTÈMES DES SCIENCES DE LA SANTÉ

L'EUR HEALTHY Ecosystèmes des Sciences de la Santé est l'une des 8 Graduate Schools d'Université Côte d'Azur qui compte actuellement plus de 550 étudiants. Elle propose une formation transdisciplinaire dans les domaines des sciences du sport, des sciences de la santé et des sciences humaines et sociales, en particulier la psychologie, et prépare des professionnels aux niveaux Master et Doctorat. L'école doctorale HEALTHY s'accompagne d'un cursus universitaire en Sciences du Sport regroupant 1 500 étudiants et débouchant sur des diplômes professionnels.

L'EUR EN QUELQUES CHIFFRES

+ 2 200
Étudiants

13
Parcours de
masters

87%
Taux d'insertion
professionnelle

85%
Taux de
réussite

5
Formations
en
alternance

8
Laboratoires
de recherche
BCL, COBTEK, LAMHESS, LAPCOS, LINE,
MICORALIS, RETINES, UR2CA

MISSIONS DES INTERVENANT·E·S



RÔLE DES TUTEURS UNIVERSITAIRE

- Accompagnement pédagogique de l'alternant·e
- Valider le contenu des missions avec la ou le responsable de formation et les maîtres d'apprentissage/tuteurs entreprise
- Suivre l'alternant·e en formation et en entreprise
- Remplir le livret d'alternance
- Guider l'alternant·e vers les bons interlocuteurs



L'ALTERNANT·E

LES DEVOIRS

- Respecter le règlement intérieur de l'entreprise et de l'établissement de formation
- Assiduité en formation et passer les examens
- Travailler pour son employeur en effectuant les tâches qui lui sont confiées
- Transmettre les justificatifs d'absences
- Répondre aux enquêtes de satisfaction et de suivi post-formation du CFA Formasup Méditerranée

LES DROITS

- Avoir un statut de salarié (période d'essai, protection sociale, congés payés)
- Disposer d'une carte d'étudiants
- Bénéficier d'un double suivi (tuteur Universitaire et Maître d'apprentissage/ tuteur entreprise)
- Être rémunéré



RÔLE DU SERVICE APPRENTISSAGE DE LA FORMATION ET DES RESPONSABLES DE FORMATION

- Contrôler l'assiduité des alternants en formation
- Contrôler le nombre de contrats signés pour respecter les quotas et envoyer la liste des alternants au CFA Formasup Méditerranée
- Donner au CFA Formasup Méditerranée le calendrier de la formation
- Guider les alternants
- Établir des relations durables avec les entreprises
- Recruter les alternants en fonction de leur motivation et de leur dossier
- Viser le livret d'alternance



RÔLE DE FORMASUP PACA/ CFA EPURE MÉDITERRANÉE

- Renseigner tous les acteurs de l'alternance sur les nouveautés grâce à une veille légale et un soutien juridique
- Enregistrer les contrats d'alternance, versement des indemnités, comptabilisation des alternants, suivi de l'insertion professionnelle et de la réussite aux examens
- Suivi quantitatif et qualitatif des formations
- Développement de la carte et de nouveaux projets

MASTER STAPS

ENTRAÎNEMENT ET OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE
PARCOURS
PRÉPARATION PHYSIQUE ET RÉATHLÉTISATION

ENZO PIPONNIER
RESPONSABLE DU MASTER



« Bienvenue dans le Master EOPS ! Avec l'ensemble de l'équipe pédagogique, je suis ravi de vous accueillir au sein de cette formation exigeante et stimulante. Tout au long de votre parcours, vous aurez l'opportunité d'échanger avec des spécialistes des sciences du sport, de la préparation physique et de la réathlétisation, et de collaborer étroitement avec des professionnels du terrain. Grâce aux stages, aux projets appliqués et à une formation fondée sur la rigueur scientifique, vous développerez des compétences solides et concrètes. Ce Master vous permettra de vous forger une identité professionnelle affirmée et de devenir des experts reconnus dans le domaine de l'entraînement et de la performance. »



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

- La formation valorise la démarche scientifique orientée vers la performance (méthodes et outils notamment) et s'appuie sur la combinaison d'enseignements théoriques et pratiques, dispensés par des professionnels et par des enseignants-chercheurs spécialistes et reconnus dans les domaines des sciences du sport, de la performance sportive de haut-niveau, de la prévention des blessures et de la réathlétisation.



OBJECTIF DE LA FORMATION

- Le Master Entraînement et Optimisation de la performance Sportive d'Université Côte d'Azur vise à former des professionnels de l'entraînement sportif (préparation physique, planification, analyse de la performance sportive, etc.) et de la réathlétisation, ainsi que des chercheurs en sciences du sport.



COMPÉTENCES ACQUISES

- Évaluer et analyser les déterminants de la performance sportive
- Concevoir des programmes d'entraînement, de préparation physique et de réathlétisation
- Piloter un projet sportif au sein d'une équipe pluridisciplinaire
- Construire et diriger un projet d'optimisation de la performance
- Utiliser la démarche scientifique pour optimiser la performance



LES + DE LA FORMATION

- Le master de référence dans le domaine de la réathlétisation
- Une formation théorique (par la recherche) et pratique
- Un vaste réseau de clubs professionnels et de centres de réathlétisation
- Des stages en milieu professionnel
- Des enseignants experts et reconnus, issus du milieu professionnel de l'entraînement sportif et de la recherche dans le domaine de la performance



MÉTIERS VISÉS

- Entraîneur sportif
- Préparateur physique
- Réathlétiseur
- Coach personnel
- Directeur technique sportif
- Directeur et cadre de structure privé à objectif sportif
- Directeur de pôle sportif
- Manageur sportif
- Ingénieur de recherche en sciences du Sport
- Consultant auprès d'organisations sportives ou d'athlètes
- Cadre dans un service Recherche et Développement (R&D) à caractère sportif

L'ORGANISATION

MAQUETTE D'ENSEIGNEMENTS

1ER SEMESTRE

UE 1	Méthodologie de l'entraînement	_____
UE 2	Approches bioénergétique et neuropsychologique de la performance et de la blessure	_____
UE 3	Préparation physique et planification de l'entraînement 1	_____
UE 4	Méthodologie de la réathlétisation	_____
UE 5	Projet professionnel et de recherche	_____

2ÈME SEMESTRE

UE 6	Outils d'évaluation et d'analyse des données de l'entraînement	_____
UE 7	Approches physiologique, neurophysiologique et psychologique de la performance	_____
UE 8	Préparation physique	_____
UE 9	Réathlétisation	_____
UE 10	Projet professionnel et de recherche	_____

L'ORGANISATION



MAQUETTE D'ENSEIGNEMENTS

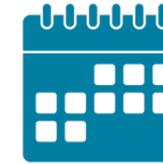
3ÈME SEMESTRE

UE 11	Approches physiologique, biologique et biomécanique de l'entraînement	_____
UE 12	Approche psychologique de l'entraînement	_____
UE 13	Préparation physique et planification de l'entraînement 2	_____
UE 14	Méthodologie de la réathlétisation	_____
UE 15	Projet professionnel et de recherche	_____

4ÈME SEMESTRE

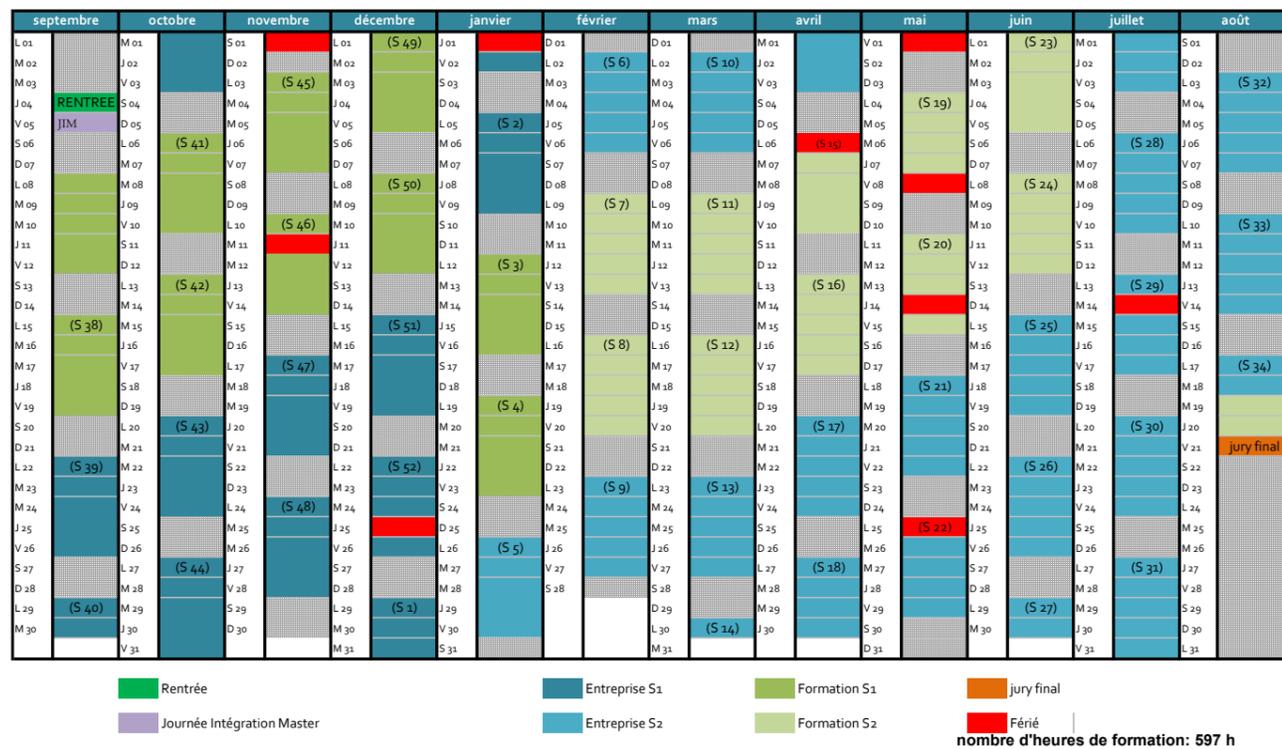
UE 16	Outils d'évaluation et d'analyse des données de l'entraînement	_____
UE 17	Approches physiologiques et neuromusculaires de la performance	_____
UE 18	Préparation physique et psychologique	_____
UE 19	Méthodologie de la réathlétisation et prévention de la blessure	_____
UE 20	Projet professionnel et de recherche	_____

L'ORGANISATION



CALENDRIER PRÉVISIONNEL DU 04/09/2025 AU 21/08/2026

MASTER 1 2025-26



L'ORGANISATION

CALENDRIER PRÉVISIONNEL DU 25/08/2025 AU 28/08/2026

MASTER 2 2025-26

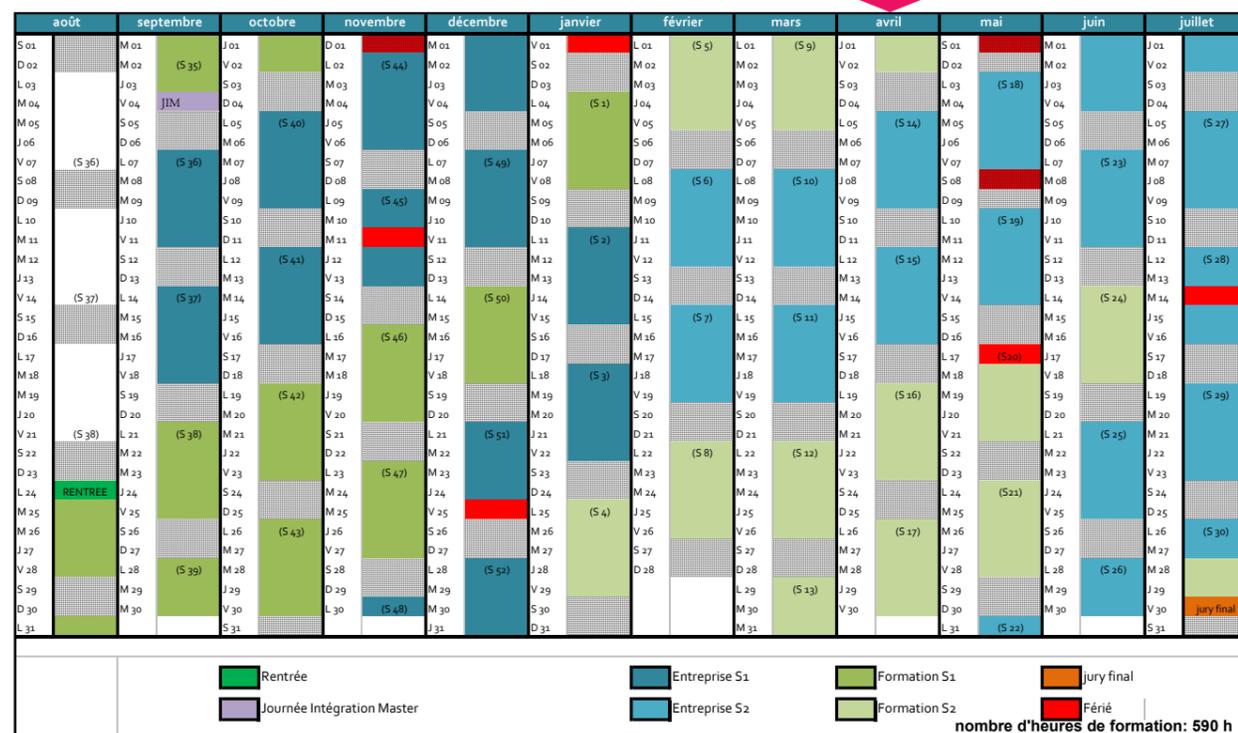


L'ORGANISATION

L'ORGANISATION

CALENDRIER PRÉVISIONNEL DU 24/08/2026 AU 30/07/2027

MASTER 2 2026-27



L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

Master 1 et 2

- Barili Rémi – Professeur agrégé, spécialité : apprentissage moteur
- Blain Gregory – Professeur des Universités, spécialité : physiologie de l'exercice
- Bougault Valérie – Maîtresse de conférences, spécialité : physiologie de l'exercice
- Charles Pierre – Professeur certifié, spécialité : préparation physique
- Chrétien Aurélia – Docteure en psychologie du sport
- Chorin Frédéric – Docteur en sciences du sport, responsable de la plateforme Fragilité (CHU de Nice)
- Clément-Guillotin Corentin – Maître de conférences, spécialité : psychologie du sport
- Colson Serge – Professeur des Universités, spécialité : physiologie de l'exercice
- Corrion Karine – Maîtresse de conférences, spécialité : psychologie du sport
- D'Arripe Longueville Fabienne – Professeure des Universités, spécialité : psychologie du sport
- Debras Yoan – Préparateur physique, Sharks d'Antibes (basket-ball professionnel)
- De Bressy-Lemaire Virginie – Psychologue, docteure en psychologie du sport
- Émile Mélanie – Nutritionniste, docteure en sciences du sport
- Franck Sébastien – Préparateur physique, spécialité : athlétisme
- Gêrus Pauline – Maîtresse de conférences, spécialité : biomécanique
- Giacomo Jean-Patrick – Professeur certifié, fondateur de l'entreprise Human Kinematic
- Gioda Jennifer – Docteure en sciences du sport
- Guillaumet Yannick – Kinésithérapeute
- Hernandez Eric – Préparateur physique, BFS Training
- Hug François – Professeur des Universités, spécialité : neurophysiologie
- Lefauchaux Fabien – Préparateur physique, BFS Training
- Massiera Bernard – Maître de conférences, spécialité : sociologie du sport
- Mériaux Stéphanie – Maîtresse de conférences, spécialité : psychologie du sport
- Piponnier Enzo – Maître de conférences, spécialité : physiologie de l'exercice
- Vaulerin Jérôme – Docteur en sciences du sport
- Vitetta Olivia – Professeure certifiée, spécialité non précisée
- Zory Raphaël – Professeur des Universités, spécialité : physiologie de l'exercice et biomécanique

ENGAGEMENT ET ÉVALUATION

CHARTRE D'ENGAGEMENT DE L'ALTERNANCE

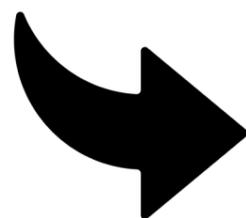
En tant qu'alternant-e, je m'engage pendant les périodes de formation à l'Université à :

- ✓ Suivre de manière assidue les enseignements du Master
- ✓ Réaliser le travail personnel et collectif demandé par les enseignants
- ✓ Participer activement aux travaux de groupe
- ✓ Assister aux conférences organisées par le Master ou l'Université
- ✓ Adopter un comportement professionnel dans mes relations avec les enseignants et dans le cadre de l'entreprise
- ✓ Répondre dans les délais impartis aux sollicitations de l'administration
- ✓ Justifier toutes mes absences (arrêt de travail) : prévenir les enseignants concernés, l'administration et mon entreprise de mon absence par e-mail et/ou courrier
- ✓ Être ponctuel aussi bien en entreprise qu'en cours, prévenir de mon retard les enseignants concernés et l'administration par e-mail

 Nous attirons votre attention sur le fait que tout redoublement du M1 entraîne la rupture du contrat d'apprentissage (plus suffisamment d'heures de formation facturable/ UE capitalisables)

ÉVALUATION DE LA FORMATION - ÉTUDIANT

Cher-e étudiant-e,
Pour la qualité et l'amélioration de votre formation, nous vous invitons à répondre à cette enquête en ligne !



INFORMATIONS PRATIQUES

LES AIDES POUR L'ALTERNANT-E

LOGEMENT

- MOBILI JEUNE
- L'AVANCE LOCAPASS
- DISPOSITIF VISALE
- LES AIDES DE LA CAF
- LES LOGEMENTS DU CROUS
- LES FOYERS DE JEUNES TRAVAILLEURS
- AIDE À LA RECHERCHE DE LOGEMENT

TRANSPORT

- PERMIS EN PROMO À - DE 300€
- AIDE AU PERMIS DE CONDUIRE
- LE PASS ZOU
- LA CARTE JEUNE DE LA RTM
- PARTICIPATION DE L'EMPLOYEUR AUX FRAIS DE TRANSPORT



RETROUVEZ TOUTES LES AIDES AU LOGEMENT ET AUX TRANSPORTS SUR LE SITE WWW.FORMASUP-MED.COM

HANDICAP

- L'ALTERNANCE AVEC UN HANDICAP, C'EST POSSIBLE ! +D'INFOS SUR LE SITE WWW.FORMASUP-MED.COM



LE BAPU

- LE BAPU PROPOSE DES CONSULTATIONS INDIVIDUELLES ET DES PSYCHOTHÉRAPIES AVEC DES PSYCHIATRES ET DES PSYCHOLOGUES PRISES EN CHARGE INTÉGRALEMENT PAR LES ORGANISMES DE SÉCURITÉ SOCIALE, SANS AVANCE DE FRAIS.



LES SOINS ET L'AIDE SOCIALE À UNIVERSITÉ CÔTE D'AZUR

- LE CENTRE DE SANTÉ UNIVERSITAIRE (CSU) PROPOSE DES CONSULTATIONS AVEC DES MÉDECINS ET DES PSYCHOLOGUES AU PÔLE UNIVERSITAIRE DE SAINT JEAN D'ANGELY, SANS AVANCE DE FRAIS, ET SUR RENDEZ-VOUS EN APPELANT LE SECRÉTARIAT AU 04 89 15 14 61. LA PRISE DE RDV EST ÉGALEMENT POSSIBLE SUR DOCTOLIB EN TAPANT : «CENTRE DE SANTÉ UNIVERSITAIRE-UNIVERSITÉ CÔTE D'AZUR»
- AUTRES SERVICES D'UNICA : CONSEILLÈRE D'ORIENTATION, ASSISTANTE SOCIALE, CELLULE VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES, LA MISSION HANDICAP



RÉGION SUD

- AIDES SPÉCIFIQUES DE LA RÉGION SUD SUR WWW.MAREGIONSUD.FR



CONTACTS UTILES

TOUS LES CONTACTS POUR L'ALTERNANT·E

UNIVERSITÉ COTE D'AZUR

EUR RATTACHÉE : ÉCOLE UNIVERSITAIRE DE RECHERCHE
ÉCOSYSTÈMES DES SCIENCES DE LA SANTÉ

ADRESSE : CAMPUS PLAINE DU VAR SITE STAPS
261 BD DU MERCANTOUR - 06205 NICE

TÉLÉPHONE : 04 89 15 39 01

RÉFÉRENT RELATION ENTREPRISE

AMEL HOUNOUNOU
EMAIL : EUR-HEALTHY.ALTERNANCE@UNIV-COTEDAZUR.FR
TÉLÉPHONE : 06 21 61 61 72

RESPONSABLE(S) DE LA FORMATION

ENZO PIPONNIER
EMAIL : ENZO.PIPONNIER@UNIV-COTEDAZUR.FR
STÉPHANIE MÉRIAUX
EMAIL : STEPHANIE.MERIAUX@UNIV-COTEDAZUR.FR

RÉFÉRENTE SCOLARITÉ

ISABELLE BOUILLET
EMAIL : ISABELLE.BOUILLET@UNIV-COTEDAZUR.FR
TÉLÉPHONE : 04 89 15 39 12

RÉFÉRENT·E HANCICAP

MIREILLE CAPVERT
EMAIL : MIREILLE.CAPVERT@UNIV-COTEDAZUR.FR

ÉCOLE UNIVERSITAIRE DE RECHERCHE ÉCOSYSTÈMES DES SCIENCES DE LA SANTÉ

STAPS CAMPUS PLAINE DU VAR
261, BD DU MERCANTOUR
06205 NICE
04 89 15 39 01

L'ACTUALITÉ DE L'EUR HEALTHY



UNIVERSITÉ CÔTE D'AZUR | ÉCOLE UNIVERSITAIRE DE RECHERCHE
ÉCOSYSTÈMES DES SCIENCES DE LA SANTÉ